

Cómo Elegir Sabiamente®

Una iniciativa de la Fundación ABIM

CR ConsumerReports™

 Society for
Vascular Medicine


FOUNDATION

Tratamiento de arterias obstruidas en las piernas Cuándo necesita un procedimiento—y cuándo no lo necesita

Las arterias en las piernas se pueden obstruir, igual que las del corazón. Cuando esto sucede, menos sangre fluye a las piernas. A esto se le conoce como enfermedad arterial periférica (PAD, por sus siglas en inglés).

Ocasionalmente, si las arterias en sus piernas se obstruyen peligrosamente, podría tener dolor en los pies mientras descansa o una herida que no cicatriza. En este caso, es posible que necesite un procedimiento para eliminar las obstrucciones. Pero por lo general, las personas que sufren de PAD no necesitan un procedimiento. A continuación se da la razón:

Un procedimiento solo ayuda para síntomas graves.

Si la PAD le causa fuerte dolor en las piernas al caminar, podría dejar de hacer esa y otras actividades. La cirugía para desviar la obstrucción puede aliviar estos síntomas. Igual puede hacerlo otro procedimiento conocido como una angioplastia.

La mayoría de las personas no tienen síntomas.

Para la mayoría de las personas, la PAD no causa síntomas. Quienes sí desarrollan síntomas podrían sentir una sensación de pesadez y fatiga o calambres en las piernas mientras caminan, que solo desaparecen cuando dejan de caminar. Tomar medicina y caminar más puede en realidad reducir sus síntomas y ayudar a que la PAD no empeore.

Algunos médicos recomiendan erróneamente una cirugía o angioplastia, incluso cuando no hay síntomas.



Sin embargo, esto no hace que las personas con PAD se sientan mejor ni evita futuros problemas en las piernas. La mayoría de las personas que sufren de PAD nunca desarrollan problemas que necesiten una cirugía ni una angioplastia. Esto es porque no tienen síntomas o porque la medicina y el ejercicio funcionan bastante bien para tratar el dolor y permitir llevar un estilo de vida normal.

Hay maneras seguras y simples de evitar que la PAD empeore.

Para controlar la PAD, usted debería dejar de fumar si lo hace y caminar todos los días. Y además debería colaborar con su médico para controlar otros factores de riesgo, como la diabetes, la hipertensión y el colesterol alto.

Aún si tiene síntomas, probablemente le convenga más no realizarse ningún procedimiento. Los estudios muestran que caminar todos los días puede aliviar los síntomas tan bien como una angioplastia, en algunos casos.

La cirugía y la angioplastia tienen riesgos, y lleva tiempo mejorarse.

La cirugía de anastomosis (bypass) en las piernas tiene todos los peligros de una cirugía mayor. La herida tarda de dos a tres semanas en sanar. Los riesgos incluyen infección, sangrado de la herida y complicaciones de la anestesia, como problemas al respirar o una pulmonía. Y aproximadamente a tres de cada 100 personas que se someten a una cirugía de anastomosis le da un ataque cardíaco o se mueren.

Una angioplastia no maltrata tanto como una cirugía, y la recuperación es más rápida. Pero los tubos artificiales (stents) posiblemente no brinden un tratamiento duradero, y los síntomas originales pueden regresar en un año. En raras ocasiones, al momento de insertar un tubo artificial, puede haber sangrado peligroso y el tubo artificial se puede romper.

Ambos procedimientos pueden, en raros casos, provocar que una arteria parcialmente obstruida se cierre por completo. Entonces, es probable que usted necesite un procedimiento de emergencia. Si el procedimiento no puede realizarse de inmediato, tal vez le tengan que amputar la pierna.

Las cirugías y angioplastias cuestan mucho.

Una cirugía o una angioplastia, incluyendo su estadía en el hospital, puede costar desde \$20,000 o más.

¿Cuándo se necesita un procedimiento para la PAD?

Usted y su médico deberían considerar una cirugía o una angioplastia si:

- Sus síntomas son lo suficientemente graves como para limitar su estilo de vida o su capacidad para trabajar.
- Tratamientos más simples, como ejercicio y medicinas, no le han ayudado.

Consulte a su médico de inmediato para que se le evalúe para un procedimiento si tiene alguno de los siguientes síntomas:

- Dolor en los pies cuando está descansando, especialmente por la noche.
- Llagas en los dedos del pie o en los pies que no sanan.
- Un dedo del pie que se ve morado o negro y que tal vez le duela.

Este informe es para que lo use usted cuando hable con su proveedor de atención médica. No debe usarse en vez de consejos o tratamientos médicos. Use este informe a su propio riesgo.

©2017 Consumer Reports. Elaborado en cooperación con la Sociedad para Medicina Vasculat. Para obtener más información acerca de las fuentes usadas en este informe y los términos y condiciones de uso, visite ConsumerHealthChoices.org/about-us/.

Consejo de Consumer Reports

Cómo controlar la PAD

Seguir estos pasos puede ayudar a evitar que la PAD empeore. Además, pueden reducir su riesgo de un ataque cardíaco o un accidente cerebrovascular.

- **No fume.** Fumar, hasta uno o dos cigarrillos al día, puede evitar que el tratamiento para la PAD funcione. Si fuma, hable con su doctor de las opciones aprobadas dejar de fumar, como la terapia de reemplazo de nicotina y el medicamento vareniclina (Chantix). La medicación funciona especialmente bien cuando se combina con un programa para dejar de fumar.
- **Haga ejercicio regularmente.** Caminar, seguido de períodos de descanso, puede ayudar a reducir los síntomas. Si su seguro médico no paga por un programa supervisado, pídale a su médico que le ayude a planificar una rutina.
- **Coma alimentos sanos.** Siga una dieta sana para el corazón. Esta incluye muchas frutas, verduras, nueces y granos enteros, pollo y pescado. Una dieta sana también es baja en grasa saturada. Evite las grasas trans, y limite los alimentos con azúcar agregada, como postres y refrescos.
- **Tómese sus medicinas.** Va a necesitar tomar aspirina o clopidogrel (Plavix y genérico) para reducir su riesgo de sufrir un ataque cardíaco y un accidente cerebrovascular. Su médico también podría recetarle cilostazol (Pletal y genérico) para aliviar el dolor de piernas y ayudarlo a caminar más. Y tal vez necesite medicinas para otros factores de riesgo, como la hipertensión, el colesterol alto o la diabetes.
- **Cuidese los pies.** Use zapatos cómodos que no le lastimen. Lávese los pies a diario con agua tibia y un jabón suave, y use crema humectante en las piernas y pies. Esté pendiente de cortaduras, llagas, ampollas u otras lesiones. Llame a su médico si se da cuenta de que hay un problema. Si sufre de diabetes, cuídese los pies todavía más.

